



すくすく Power 令和5年 3月

えいようだより
～毎月19日は食育の日～

大田区保育サービス課
区立保育園栄養士


親子で楽しむ食育絵本



ここ数年、大人も子どもも絵本を読む機会が増えました。保育園では「ぐりとぐら」「はらぺこあおむし」「しろくまちゃんのほっとけーき」など食べ物が出てくる絵本が人気です。ページを開くとおいしそうな絵が広がり「あ～ん」や「どうぞ」などやり取りを楽しむことができます。

〈ぱん だいすき〉


ぱん だいすき
文：征矢 清
絵：ふくしま あきえ
福音館書店



★パン屋さんに行くと、おいしそうなパンがいっぱい。

〈コロケ できました〉


コロケ できました
作：彦坂 有紀
もりといずみ 講談社



★子どもたちが大好きなたべものを「どうぞ」と語りかけるシリーズ。読めば、おなかも気持ちもだいまんぞく！

〈カレーライス〉

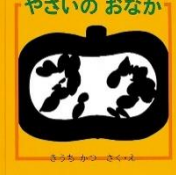
カレーライス
作：小西 英子
福音館書店



★カレーライスができるまでを、丁寧に温かな筆致（タッチ）で描いた食べ物絵本。カレーの匂いがしてきそう！

〈やさいのおなか〉


やさいのおなか
作・絵：きうち かつ
福音館書店



★ネギ、トマト、タケノコなど身近なやさいの断面の不思議な形を楽しむ絵本。

〈ごはん〉


ごはん
作：平野 恵理子
福音館書店



★オムライス、お脂、カツ丼…さあ、どれを食べよう！幸せいっぱいな絵本です。

〈きょうのおやつはかがみのえほん〉


きょうのおやつはかがみのえほん
作：わたなべ ちなつ
福音館書店



★鏡のような紙でできた絵本。両側のページの絵が互いに映りこみ、三次元的な絵に!!

〈おやさいとんとん〉

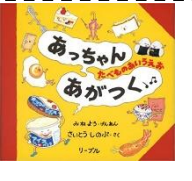
おやさいとんとん
作：真木 文絵
絵：石倉ヒロユキ
岩崎書店



★野菜たちの登場です。おいしく食べるために、まずは、まな板の上でトントントン。みんなもママといっしょに、トントントンしてね！

〈あっちゃんあがつく たべものあいうえお〉


あっちゃんあがつく たべものあいうえお
原案：みね よう
作：さいとう しのぶ
リーブル



★うたってあそべる、たべものあいうえおの絵本。「あ」から「ん」まで、濁音、半濁音も含めて69音をリズムカルに楽しく読みすすめます。

〈やさいのおしゃべり〉

やさいのおしゃべり
作：泉 なほ
絵：いもとようこ
金の星社



★「ぼく、捨てられちゃうのかな」冷蔵庫の中で腐りかけて悲しそうにしている野菜の声を聞いたらいちゃんは…。野菜たちのおしゃべりが楽しい絵本。